

JO!



Aus Liebe zum Leben

Alles ist in Bewegung...

...und nichts bleibt stehen – zutreffender könnten die Worte des griechischen Philosophen Heraklit kaum sein. Denn während der Mensch ein Leben lang in Bewegung ist, verändert sich gleichzeitig auch die Mobilität über den Lebenszyklus hinweg.

Von den ersten Schritten über die erste – noch etwas wackelige – Fahrradfahrt bis hin zum ersten Mal hinter dem Steuer eines Autos, das Gefühl grenzenloser Freiheit mit im Gepäck: Mobilität ist aus unserem Leben nicht wegzudenken. Manch ein Wissenschaftler spricht gar von einem Grundbedürfnis des Menschen.

Dabei bedeutet mobil zu sein weitaus mehr, als sich bloß fortzubewegen – denn dieses wichtige Phänomen schenkt uns Freiheit und Flexibilität. Es ermöglicht uns, unbekannte Orte zu entdecken, neue Erfahrungen zu sammeln, und bietet Anschluss an die Welt.

Lesen Sie weiter auf **Seite 3**. ►



Editorial



Liebe Leserin,
lieber Leser,

der Sommer ist da! Die Zeit des Jahres, in der die Menschen auf Reisen gehen, Ausflüge machen oder einfach wieder öfter mal vor die Tür gehen. Ganz klar: Während wir uns im Winter am liebsten gemütlich in die eigenen vier Wände zurückziehen, werden wir im Sommer wieder beweglich. Darum befasst sich diese Ausgabe des JO! mit dem Thema Mobilität. Die ist nämlich auch ein ganz wesentlicher Aspekt unserer Arbeit als Johanniter. Denn wir sind immer genau da, wo wir gebraucht werden – ob im Rettungseinsatz, mit unseren ambulanten Pflegediensten oder dem Hausnotruf. Bei Bedarf machen wir sogar Ihr Essen mobil (mehr dazu lesen Sie auf Seite 6) oder durchkämmen mit unseren Hundestaffeln riesige Gebiete auf der Suche nach Vermissten (einen Bericht über unsere vierbeinigen Spürnasen finden Sie auf Seite 8). Mehr über die Arbeit der Johanniter konnten Besucher der Fachmesse Interschutz im Juni auf unserem Stand erfahren (Seite 10).

Dass wir Johanniter immer für die Menschen unterwegs sind, ist also kein Geheimnis. Aber es ist uns auch ein Herzensanliegen, Sie in Ihrer eigenen Mobilität zu unterstützen – sei es im Kopf oder auf den Beinen. Dafür setzen wir alles in Bewegung.

Herzlichst, Ihr

Stefan Radmacher
Mitglied im Landesvorstand
Niedersachsen/Bremen

Danke für Ihre Empfehlung!

Ein sicheres Gefühl in den eigenen vier Wänden – das bietet der Johanniter-Hausnotruf, denn im Notfall kann Hilfe per Knopfdruck gerufen werden. Sie finden, das ist eine gute Sache? Sagen Sie es gerne weiter. Als Dank für jeden erfolgreich vermittelten Hausnotrufkunden erhalten Sie einen von drei Gutscheinen im Wert von 25 Euro:

- **Johanniter-Wertgutschein:** kann für alle Johanniter-Dienstleistungen in Niedersachsen und Bremen eingelöst werden
- **Aral-Gutschein (SuperCard):** Einkaufen & Tanken – in allen teilnehmenden Aral-Tankstellen in Deutschland gültig
- **Rossmann-Gutschein:** in allen Filialen der Dirk Rossmann GmbH deutschlandweit einlösbar



Unser gebührenfreies Service-Telefon
0800 0019214



Gibt's was Neues?

Damit unsere Hilfe Sie erreicht, ist es wichtig, dass Sie uns über Neuigkeiten informieren. Lassen Sie es uns wissen, wenn sich bei Ihnen oder den Kontaktpersonen, die wir im Notfall benachrichtigen sollen, etwas ändert – beispielsweise bei einer neuen Telefonnummer, einem neuen Krankheitsbild, aber auch bei ausgewechselten Türschlössern.

Schreiben Sie uns eine E-Mail

hausnotrufzentrale.stedingen@johanniter.de

oder einen Brief:

Johanniter-Hausnotrufzentrale
Landesverband Niedersachsen/Bremen
Am Deich 8, 27804 Berne



Gewinnspiel-Adresse

Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.,
Redaktion JO!, Stichwort: Rätsel,
Baumschulallee 16,
30625 Hannover

Impressum

Herausgeber / Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.
Landesverband Niedersachsen/Bremen
Baumschulallee 16, 30625 Hannover
Sitz des Vereins: Lützwitzstraße 94, 10785 Berlin
lg.nb@johanniter.de

Redaktion und Layout / Lattke und Lattke GmbH,
Schloss Reichenberg, 97234 Reichenberg

Sie finden uns auf / www.facebook.com/JohanniterNiedersachsenBremen
www.instagram.com/johanniter_niedersachsenbremen

Druck / Ströher Druckerei und Verlag, Celle
Auflage / 47 980 Exemplare

Titelfoto / Westend61 via Getty Images



Dieses Magazin und alle in ihm enthaltenen Beiträge und Abbildungen sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb des Urheberrechtsgesetzes bedarf der Zustimmung des Herausgebers. Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotos übernimmt die Redaktion keine Haftung.

www.johanniter.de/nb-jo/



► Fortsetzung von Seite 1

Wie wichtig Fortbewegung in unserem Leben ist, wird meist erst deutlich, wenn Stillstand eintritt. Das hat die Corona-Pandemie, als nahezu die ganze Welt stehen blieb, eindringlich gezeigt. Und auch, wenn im Alter vieles ruhiger wird, bleibt Bewegung weiterhin bedeutend, denn mobil zu sein heißt, aktiv am Leben teilzunehmen.

Die Fahrt zum Einkaufen, der Gang zum Arzt oder der Weg zur Familie – ohne Mobilität wäre all das nicht möglich. Denkt man an das Phänomen, scheint klar, was damit gemeint ist. Doch der Begriff ist in den verschiedensten Wissenschaftsbereichen zu finden, wie etwa in der Stadt- und Verkehrsplanung, der Medizin oder der Soziologie. So unterschiedlich die Bereiche sind, in denen der Begriff verwendet wird, so verschieden sind auch seine Definitionen. Gemeinsam haben jedoch alle eines: Sie beschreiben Bewegungsprozesse. Im Alltag meint Mobilität die Fähigkeit, beweglich sein zu können, und den konkreten Bewegungsvorgang, also die Bewegung von Menschen und Dingen – ganz gleich, ob zu Fuß, per Fahrrad oder Auto, mit Bus oder Bahn oder mit Hilfsmitteln.

Mobilität im Wandel

Wie wir uns fortbewegen, verändert sich dabei ständig. Neue technologische Entwicklungen haben dazu geführt, dass wir uns längst nicht mehr so von A nach B bewegen wie noch vor einigen hundert Jahren: Autos, Flugzeuge und E-Bikes sind heute eine Selbstverständlichkeit.

Doch nicht nur technischer Fortschritt beeinflusst unsere Mobilität. Auch im Laufe unseres Lebens verändert sich diese. War es lange Zeit selbstverständlich, dem Bus hinterherzurennen oder mit den Enkelkindern durch den Garten zu toben, so ist dies mit zunehmendem Alter häufig nicht mehr machbar. Körperliche Einschränkungen sorgen dafür, dass das individuelle Mobilitätsverhalten nach und nach an die eigenen Möglichkeiten angepasst werden muss. So geht im Alter vieles langsamer, die zurückgelegten Wege werden kürzer. Gleichzeitig bleibt es auch und gerade im Alter wichtig, mobil zu sein, denn das bedeutet, Freunde und Familie zu treffen, Einkäufe zu erledigen



und am gesellschaftlichen Leben teilzuhaben. Kurz: Mobil sein heißt, selbstständig sein.

In Bewegung bleiben – mit der richtigen Unterstützung

Dass Mobilität ein Leben lang wichtig ist, steht fest. Doch was, wenn (Fort-)Bewegung mit steigendem Alter zunehmend zur Herausforderung wird? Dann können Hilfsmittel unterstützen: Gehstöcke, Rollatoren, Rollstühle oder Erleichterungen fürs Treppensteigen sind praktische Helfer, um weiterhin mobil zu bleiben. Eine wichtige Stütze im wortwörtlichen Sinne können auch

Menschen aus dem Umfeld sein. So können wir uns nahestehende Menschen, wie Familienmitglieder, darum bitten, uns auf Spaziergängen oder auf dem Weg zum Supermarkt zu begleiten. Mit der passenden Unterstützung kann die individuelle Mobilität so bis ins hohe Alter erhalten werden. Und auch die Johanniter-Unfall-Hilfe hilft Menschen dabei, mobil zu sein, beispielsweise mit den Johanniter-Fahrdiensten. Denn auch, wenn Mobilität sich über das Leben hinweg verändert, bedeutet das im Alter noch lange nicht, still zu stehen...

Alles ist in Bewegung und nichts bleibt stehen.

Heraklit

Fit mit jedem Schritt

Aktiv gegen Arthrose

Es ist kein Geheimnis: Bewegung tut dem Körper gut. Das gilt in jedem Alter. Auch Seniorinnen und Senioren sollten in Bewegung bleiben, denn das stärkt nicht nur Muskeln und Gelenke, sondern beugt auch Arthrose vor.



Besonders im Alter haben viele Menschen mit Arthrose zu kämpfen. Das Leiden tritt durch geschädigte Gelenknorpel auf, die keinen ausreichenden Puffer mehr zwischen Knochen bieten. Damit die Knorpel möglichst lange gesund bleiben, sollten sie regelmäßig belastet werden, denn das sorgt dafür, dass sie ausgedrückt werden und Schlackenstoffe entweichen können. Bei Entspannung können die Knorpel dagegen wieder Nährstoffe aufnehmen. Für diesen Wechsel aus Belastung und Entspannung sorgt Bewegung.

Ein weiterer positiver Nebeneffekt: Körperliche Bewegung stärkt die Muskulatur, was die Gelenke wiederum entlastet.

Um Arthrose vorzubeugen und die Beweglichkeit auch in Zukunft noch lange zu erhalten, sollte regelmäßige Bewegung – soweit es die eigene Gesundheit zulässt – deshalb auch im Alter in den Alltag integriert werden. Dabei muss es jedoch nicht gleich ein Fitness-Programm sein. Wichtig ist, auf den eigenen Körper zu hören und ihn nicht zu überlasten. Schon kleine Aktivitäten, etwa regelmäßiges Aufstehen und leichte Tätigkeiten im Haushalt oder Garten, sind förderlich. Auch Verabredungen mit Freunden zu gemeinsamen Spaziergängen können dabei helfen, aktiv zu sein. Und ganz nebenbei ist man dabei auch noch in guter Gesellschaft...

Foto: AdobeStock / Cherrries

Zu Hause schmeckt es am besten.

Und wenn ich meine Nachbarin zu mir einlade, bestelle ich einfach für zwei.

Der Johanniter-Menüservice

Wir sind mehr als nur Menüservice. Bei uns steht das ganzheitliche Wohlbefinden unserer Kundinnen und Kunden im Vordergrund.

Es erwartet Sie ein vielseitiges Speisenangebot, das mit viel Liebe für Sie zubereitet wird.

Für eine individuelle Beratung, Auskunft zu unseren Liefergebieten und Bestellungen rufen Sie uns gerne an:

 **0800 0019214**
(gebührenfrei)

* Die Aktion gilt nur für Neukunden – die beiden günstigsten Menüs sind kostenlos. Nur ein Gutschein pro Person.



JOHANNITER
Aus Liebe zum Leben

**Fünfmal essen,
dreimal zahlen.**

Zwei Essen für Sie kostenlos*



Foto: Monkey Business Images – stock.adobe.com

Zu Fuß unterwegs? Aber sicher!

Tipps zum Verhalten im Straßenverkehr

Fußgängerinnen und Fußgänger, Rad- und Autofahrende, die auf den Straßen unterwegs sind, Ein- und Ausfahrten, die den Gehweg kreuzen und geparkte Fahrzeuge am Straßenrand, die die Sicht einschränken – der Straßenverkehr ist häufig hektisch und unübersichtlich. Das kann zur Herausforderung werden. Mit den folgenden Tipps sind Sie sicher unterwegs:

- Achten Sie beim Gehen bewusst auf die Bodenbeschaffenheit und mögliche Stolperstellen, wie erhöhte Bordsteinkanten oder hervorstehende Gehwegplatten. So können Sie Sturz- und Stölpereinfällen vorbeugen.
- Zum sicheren Überqueren der Fahrbahn sollten Fußgängerampeln, Zebrastreifen oder Stellen mit Verkehrsinseln genutzt werden. Ist nichts dergleichen vorhanden, gilt es, die Straßenseite nur an gut einzusehenden Stellen – niemals zwischen parkenden Autos – zu wechseln und dabei den kürzesten Weg zu wählen.
- Beobachten Sie den Verkehr zunächst, bis die Lücke groß genug ist. Machen Sie mit Handzeichen auf sich aufmerksam und stellen Sie, wenn möglich, Blickkontakt zum Fahrzeugführenden her.
- Außerdem gilt: Lassen Sie sich auf Ihrem Weg, auch von besonders ungeduldigen Autofahrenden, nicht hetzen.
- Helle, kontrastreiche Kleidung hilft dabei, von anderen Verkehrsteilnehmenden besser wahrgenommen zu werden. Besonders in der dunklen Jahreszeit fördern



retroreflektierende Elemente an der Kleidung die Sichtbarkeit.

- Und nicht zuletzt unterstützen Hilfsmittel wie Rollatoren oder Gehstöcke beim Gehen. Diese sorgen außerdem dafür, möglichst lange mobil zu sein.

Stolz auf euch

Unsere Johanniter in Niedersachsen und Bremen: Euer Einsatz bedeutet uns alles!

Erfahren Sie mehr über das Ehrenamt bei den Johannitern: kein-wir-ohne-euch.de

KEIN WIR
OHNE EUCH



JOHANNITER
Aus Liebe zum Leben

Die Geschmacksboten

Schwere Einkaufsstüben schleppen und stundenlang in der Küche stehen, um das Lieblingsgericht zuzubereiten – das klingt mit steigendem Alter immer weniger verlockend. Und ist auch gar nicht nötig – denn wenn beim Thema Kochen der Wunsch nach Entlastung aufkommt, sorgt der Menüservice der Johanniter für Abhilfe.

Heute gibt es Schweinegeschnetzeltes mit Spätzle, morgen Reibekuchen mit Apfelmus und übermorgen Gemüsecurry mit Reis. Das hat ein Kunde des Menüservice diese Woche ausgewählt, denn dank des mobilen Essensangebots der Johanniter wird er täglich mit warmen Mahlzeiten versorgt. Und auch auf sein Leibgericht muss er nicht verzichten: Rinderroulade mit Klößen steht regelmäßig auf der Speisekarte.

Was Kundinnen und Kunden des Johanniter-Menüservice essen möchten, können sie aus einer Auswahl an Gerichten selbst entscheiden. Ob deftige Hausmannskost, vegetarische Gerichte, mal mit Dessert oder Salat oder spezielle Menüs für Diabetikerinnen und Diabetiker – beim Menüservice stehen jeden Tag verschiedene Speisen zur Auswahl. Auch bei ganz besonderen Ernäh-

rungsanforderungen kann der Johanniter-Menüservice genutzt werden: So umfasst das Essensangebot beispielsweise gluten- und laktosefreie Gerichte oder pürierte Menüs für Menschen, die unter Schluckbeschwerden leiden.

Besonderer Beliebtheit erfreuen sich saisonale Aktionen. Etwa, wenn im Frühling zusätzlich zum bestehenden Angebot Gerichte mit Spargel zur Auswahl stehen oder im Herbst zahlreiche Speisen mit Grünkohl die Karte ergänzen. Und auch Weihnachten kann mit einem festlichen Menü gefeiert werden.

Flexibel bleiben

Der Menüservice der Johanniter liefert das Essen an 365 Tagen im Jahr in speziellen Thermoboxen, die das Essen warmhalten, nach Hause.



Egal, ob heiß oder tiefgekühlt geliefert, eines ist sicher: Bei der großen Vielfalt an verschiedenen Gerichten ist für jeden Geschmack das Passende dabei.



Für Kundinnen und Kunden gilt: Es gibt keine Vertragsbindung, sodass sie mit dem Menüservice flexibel bleiben. Ob täglich, zweimal die Woche oder kurzfristig, wenn einem danach ist: Mit dem Menüservice können Kundinnen und Kunden selbst entscheiden, wann sie ein warmes Gericht – oder auch mal mehr, weil Besuch da ist – erhalten möchten. An Werktagen können die Speisen für den Folgetag bis 22 Uhr, am Wochenende bis 16 Uhr (ab-)bestellt werden.

Sind Kundinnen und Kunden nicht mehr ganz so fit zu Fuß oder einmal nicht zu Hause, können sie ihren Schlüssel bei den Johannitern hinterlegen, sodass das Essen auch bei Abwesenheit in die Wohnung gebracht werden kann.

Neben den warmen Gerichten sind tiefkühlfrische Menüs für Menschen, die gerne noch flexibler sind, eine schmackhafte Alternative. Auch hier können Tischgäste ihre Wunschgerichte zuvor auswählen und erhalten anschließend eine Box mit den für eine Woche zusammengestellten Mahlzeiten. Im Lauf der Woche wählen sie dann nach Lust und Laune aus, welches Gericht sie erwärmen möchten.

Außerdem gut zu wissen: Die Johanniter-Mitarbeitenden nehmen niemals Bargeld an. Die Bezahlung des Essens erfolgt immer zum Ende eines Monats per Lastschrift oder Rechnung.

Das Wohlbefinden im Blick

Mit dem Menüservice sind Kundinnen und Kunden auch über die Mahlzeiten hinaus gut versorgt, denn bei der Arbeit der Johanniter steht der Mensch im Mittelpunkt. So liefert das Team des Menüservice nicht nur das Essen, sondern hat immer auch ein offenes Ohr für die Anliegen der Tischgäste. So stehen die Mitarbeitenden dem einen Kunden mit Rat zur Seite und helfen ihm beim Ausfüllen des Bestellscheins oder unterstützen, indem sie die Zeitung mit in die Wohnung bringen. Beim nächsten sehen sie nach dem Rechten, denn besonders allein-stehenden Menschen schenkt der (tägliche) Besuch des Menüservice ein Gefühl von Sicherheit. Bei einer Kundin, die besondere Unterstützung benötigt, wird das Fleisch klein geschnitten und mundgerecht serviert. Denn eines ist für die Mitarbeitenden der Johanniter selbstverständlich: eine helfende Hand zu reichen, wenn diese gebraucht wird.



Wir haben Ihren Appetit geweckt? Für weitere Infos zum Angebot in Ihrer Region beraten Sie gerne die Mitarbeitenden des Johanniter-Kunden-Service-Centers unter der Nummer 0800 0019214 (gebührenfrei) .

Tiefgekühlte Mahlzeiten heiß geliebt

„Wir sind begeistert von den Gerichten. Man schmeckt, dass das Essen liebevoll zubereitet wird“, sagt Kurt Sensenhauser über die tiefgekühlten Gerichte des Johanniter-Menüservice. Gemeinsam mit seiner Frau Ilse-Marie Sensenhauser ist der 83-Jährige schon viele Jahre Kunde. „Verzichten können wir auf keines der Gerichte des Menüservice mehr“, erzählen sie schmunzelnd. Und auch über das Essen hinaus schätzt das Ehepaar den Service: „Die Mitarbeitenden stehen uns jederzeit beratend zur Seite“, sagt Kurt Sensenhauser und fügt hinzu: „Es ist ein freundliches, warmherziges Verhältnis.“



Immer der Nase nach

Ein Kind, das bei einem Waldspaziergang plötzlich spurlos verschwunden ist, ein älterer Herr, der die Orientierung verloren hat, oder ein Zugunglück, bei dem nach Verletzten gesucht wird – gehen diese Notrufe bei den Johannitern ein, ist die Unterstützung der Rettungshundestaffeln gefragt. Denn wenn es gilt, Vermisste rasch aufzufinden, sind Hunde mit ihrer Spürnase unersetzliche Hilfskräfte.

„Such und hilf!“ – Auf dieses Kommando hin beginnt Toshi mit der Suche an Unglücksorten. Der braun-weiße Springer Spaniel ist Mitglied der Rettungshundestaffel der Johanniter-Unfall-Hilfe. Gemeinsam mit Frauchen Susann Bräuer rückt er zum Einsatz aus, wenn ein Notruf eingeht. Und dann zählt jede Minute, denn Erschöpfung und Unterkühlung können für die vermisste Person schwerwiegende Folgen haben. Mit voller Konzentration beginnt Toshi deshalb die Suche nach einer Spur.

Mit seiner feinen Spürnase unterstützt der dreijährige Rüde die Johanniter seit letztem Sommer bei der Suche nach vermissten Personen. „Springer Spaniel sind energetische und lernfreudige Jagdhunde. Uns war es wichtig, dieses Potenzial zu fördern und etwas zu finden, das Toshi auslastet und Freude bereitet“, erzählt Frauchen Susann Bräuer. „Drei Jahre zuvor begann ich ein Studium der Humanmedizin. Die Tätigkeit in der Rettungshundestaffel der Johanniter bot damit die perfekte Möglichkeit, mein Interesse an der Notfallmedizin und die Förderung von Toshis Fähigkeiten zu kombinieren“, berichtet Susann Bräuer.

Der richtige Riecher

Und auf den sensiblen Geruchssinn von Hunden ist Verlass: Mit bis zu 250 Millionen Riechzellen – und damit rund zehn Mal mehr, als der Mensch besitzt – wittern die Vierbeiner auch die schwächste Geruchspur. Selbst hochmoderne technische Hilfsmittel, wie Drohnen oder Wärmebildkameras, können die Hundespürnase nicht ersetzen. Rettungshunde schaffen es, innerhalb kürzester Zeit große Flächen zu durchkämmen: So muss ein Vierbeiner in seiner Prüfung unter Beweis stellen, dass er ein 30 000 Quadratmeter großes Gebiet innerhalb von 20 Minuten absuchen kann. Im Einsatz hängt die Größe der Fläche, die ein Rettungshund in einer bestimmten Zeitspanne durchsuchen kann, jedoch auch von der Geländestruktur, den Witterungsbedingungen und der tagesaktuellen Suchkondition des Hundes ab.

Die Einsätze führen die Suchtruppe häufig auf unbekanntes Terrain, etwa in von Naturkatastrophen verwüstetes Gelände oder in die Trümmer von Gebäuden. Dabei werden sogenannte Trümmer- und Flächensuchhunde eingesetzt, die darauf spezialisiert sind, großflächige Gebiete nach Lebenden abzusuchen. Mantrailer oder Personensuchhunde orientieren sich dagegen an der Geruchsprobe einer bestimmten Person und helfen so bei der gezielten Suche nach einem vermissten Menschen. Für eine effektive Suche benötigen Hund und Helfende die passende Einsatzrüstung, wie GPS-Geräte, Kenndecken für Hunde



Die Vierbeiner können in das dichteste Unterholz vordringen, wo für menschliche Suchketten kein Durchkommen ist.

oder Leichthelme für die Suche in schwierigem Gelände. Um die ehrenamtlichen Rettungshundestaffeln mit diesen wichtigen Hilfsmitteln auszustatten, sind die Johanniter auf finanzielle Unterstützung angewiesen.

Bei der Johanniter-Unfall-Hilfe in Niedersachsen und Bremen gibt es insgesamt sechs Rettungshundestaffeln. Doch die richtige Suche will gelernt sein: Die Rettungshunde dürfen nur mit gültiger Zertifizierung in den Einsatz. Dazu durchlaufen sie eine Ausbildung, die mindestens zwei Jahre dauert und bei der sie mit verschiedensten Übungen auf Sucheinsätze vorbereitet werden. Die Rettungshundeausbildung schließen die Vierbeiner mit einer Prüfung ab, die alle 24 Monate wiederholt werden muss, um die Einsatzfähigkeit erneut unter Beweis zu stellen. Möglich wird die professionelle Ausbildung der Lebensretter auf vier Pfoten durch Spenden. Denn um die Vierbeiner bestmöglich auf ihren Einsatz vorzubereiten, fallen Kosten an. Nicht nur die Hunde durchlaufen eine spezielle Ausbildung, auch Halterinnen und Halter werden in Erster Hilfe, Einsatztaktik, Karte und Kompass und vielem mehr geschult.

Damit im Ernstfall jeder Schritt sitzt, ist regelmäßiges Training wichtig – auch für Herrchen und Frauchen. Bei der schwierigen Arbeit ist Teamwork gefragt: Hund und Mensch müssen perfekt zusammenarbeiten, um keine Fehler zu machen. Körperliche Fitness und Einsatzbereitschaft sind deshalb auch für Hundebesitzerinnen und -besitzer ein absolutes Muss. Susann Bräuer und Hund Toshi trainieren mehrmals die Woche gemeinsam. „Die ehrenamtliche Arbeit in der Rettungshundestaffel ist



Auch im Alltag steht Toshi seiner Besitzerin treu zur Seite. Neben seinem Ehrenamt als Suchhelfer ist er nämlich Familienhund und begleitet sein Frauchen bei Radtouren, tollt im Park herum oder ist für Kuscheleinheiten zu haben.

sehr zeitintensiv: Ausbildung, feste Trainingstermine – auch ganztägig am Wochenende, Theoriestunden und Gewandtheitsübungen stehen auf dem Programm. Es ist daher wichtig, dass die Tätigkeit sowohl Ehrenamt als auch Hobby zugleich ist“, erzählt Susann Bräuer. Trotz hohem Zeitaufwand ist Susann Bräuer mit Hund Toshi gerne in der Johanniter-Rettungshundestaffel tätig. Denn die Freude und die Erleichterung darüber, wenn eine Person wohlauf gefunden und ein Einsatz erfolgreich beendet werden kann, machen all die Mühe wett.

Die Arbeit der Rettungshundestaffeln zeigt, wie wichtig das Engagement der ehrenamtlichen Helfenden ist. Im gesamten Landesverband Niedersachsen/Bremen engagieren sich zahlreiche Menschen ehrenamtlich, um in Not geratenen Menschen zu helfen. Unterstützen auch Sie das Ehrenamt der Johanniter mit Ihrer Spende, damit die Einsatzkräfte weiterhin ausrücken können, wenn Hilfe benötigt wird.

Für die Rettunghundeteams, bestehend aus Rettungshundeführerinnen und -führer, Hund und Suchhelfenden gilt es, bei Sucheinsätzen, ruhig und konzentriert zu bleiben.



So können Sie die Rettungshundestaffeln unterstützen

Die Rettungshunde und ihre Halterinnen und Halter engagieren sich ehrenamtlich bei den Johannitern. Sie sind ganzjährig 24 Stunden am Tag einsatzbereit und stehen oft vor schwierigen und gefährlichen Herausforderungen. Für Aus- und Fortbildung sowie die für die Einsätze so wichtige Ausstattung sind die Rettungshundestaffeln auf Ihre Mithilfe angewiesen. Und nicht nur unsere ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer der Rettungshundestaffeln sind 24 Stunden am Tag einsatzbereit, auch die ehrenamtlichen Kräfte in anderen Bereichen sind für ihre Mitmenschen da.

Unterstützen auch Sie die Retter auf vier Pfoten, damit sie weiterhin wertvolle Hilfe bei der Suche nach vermissten Personen leisten können.

Bitte nutzen Sie folgende Kontodaten:
Bank für Sozialwirtschaft
IBAN: DE97 3702 0500 0004 3141 10
BIC: BFSWDE33XXX
Stichwort: JO53010222 Ehrenamt

Oder spenden Sie online unter
[www.johanniter.de/
rettungshundestaffel-nb](http://www.johanniter.de/rettungshundestaffel-nb)



Herzlichen Dank!





Kersten Enke und Heiner Mansholt von der Johanniter-Akademie Niedersachsen/Bremen informierten über die Aus- und Fortbildung von Rettungskräften.



Auch das Anti-Gaffer-Projekt „Gaffen tötet!“, mit dem die Johanniter-Unfall-Hilfe einen innovativen Weg geht, wurde auf der Interschutz vorgestellt.



„Selbsthilfe- und Selbstschutzzfähigkeiten der Bevölkerung“ – das war eines der Themen, die bei Podiumsdiskussionen mit politischen Entscheidern diskutiert wurden.

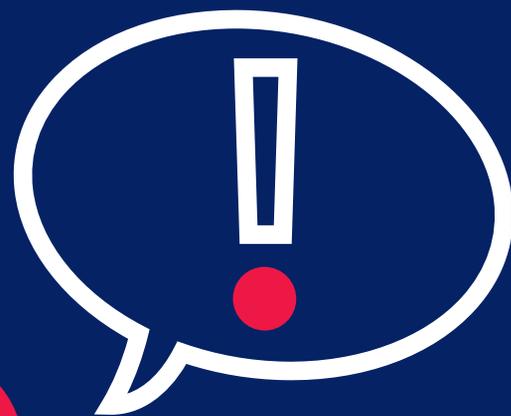
Von Helfenden für Helfende

Neue Einsatzgeräte und -fahrzeuge anschauen, Johanniterinnen und Johanniter über ihre spannende Arbeit berichten hören oder das Programm auf der großen Showbühne erleben: Auf der Fachmesse Interschutz in Hannover bekamen Besucherinnen und Besucher einiges geboten. Die Johanniter-Unfall-Hilfe gab vielfältige Einblicke und präsentierte sich als moderner, innovativer Arbeitgeber.

Wenn sich Heldinnen und Helden aus dem Rettungswesen zusammenfinden, ist klar: Es ist wieder „Interschutz“! Auf der Weltleitmesse für Rettungswesen, Feuerwehr, Bevölkerungsschutz und Sicherheit in Hannover treffen all jene aufeinander, die tagtäglich Leben retten und im Notfall immer für andere da sind. Vor Ort sind Ausstellende aus der ganzen Welt vertreten, um Innovationen im Rettungswesen vorzustellen, sich mit Expertinnen und Experten der Branche und Besuchenden zu vernetzen und zu aktuellen Themen auszutauschen. Auch die Johanniter-Unfall-Hilfe war auf der Interschutz 2022 mit einem 800 Quadratmeter großen Stand vertreten, um über ihre spannende und abwechslungsreiche Arbeit in den Bereichen Rettungsdienst und Bevölkerungsschutz zu informieren.

Jetzt anfordern: Info-Paket zum Thema Vorsorge & Testament

Wichtige Aspekte wie Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht und Testament als Informationen und Tipps finden Fördermitglieder in unserem ausführlichen und kostenlosen Info-Paket – das Sie mit dem untenstehenden Gutschein anfordern können. Einfach heraustrennen, ausfüllen und im frankierten Briefumschlag absenden oder alternativ eine Nachricht per E-Mail schicken.



JOHANNITER
Aus Liebe zum Leben

Gutschein für das kostenlose Info-Paket zum Thema Vorsorge.
Bitte schicken Sie die Unterlagen gratis und unverbindlich an folgende Adresse:

Name / Vorname _____

Straße, Haus-Nr. _____

PLZ, Ort _____

Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.
Landesverband
Niedersachsen/Bremen
Spenderbetreuung/Fundraising
Baumschulenallee 16
30625 Hannover
Fax 0511 48990-119

fundraising.nb@johanniter.de



Einer der Höhepunkte des Johanniter-Stands auf der Interschutz 2022 war der neue Gerätewagen Sanität. Mit seinem einzigartigen Beladungskonzept ist er ganz besonders an die Anforderungen im Einsatz angepasst.

Gut auf- und ausgestellt

Einen praxisnahen Einblick in den modernen Bevölkerungsschutz bot die Ausstellung des neuen Johanniter-Einsatzfahrzeugs Gerätewagen Sanität, kurz GW SAN. Das einzigartige Beladungskonzept des Gerätewagens wurde gemeinsam mit ehrenamtlichen Bevölkerungsschützenden entwickelt, wodurch viele gesammelte Einsatzerfahrungen in die Konzeption des Fahrzeugs miteinfließen konnten. Haupt- und ehrenamtliche Mitarbeitende stellten das besondere Konzept auf der Interschutz vor und berichteten darüber hinaus von ihren Erfahrungen in der Praxis.

Neben weiteren Ausstellungstücken, wie beispielsweise einem mit einem QR-Code beklebten Rettungswagen, der im Rahmen eines Anti-Gaffer-Projektes entstand, oder einer Drohne, die Rettungskräfte zukünftig im Einsatz unterstützen soll, konnten sich Interessierte in Fachvorträgen unter anderem über Anforderungen in der Offshore-Rettung, über neue Ansätze in der beruflichen Aus- und Weiterbildung oder über die Herausforderungen einer effizienten Einsatzführung in der Zukunft informieren. Die haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeitenden des Rettungsdienstes und Bevölkerungsschutzes gaben außerdem spannende Einblicke in ihren Arbeitsalltag und standen für Fragen zur Verfügung.

Einsatzort Zukunft

Mit ihrer Expertise kümmert sich die Johanniter-Unfall-Hilfe nicht nur um Menschen in Not, sondern engagiert sich auch auf politischer Ebene. Etwa, um die Rahmenbedingungen für die Arbeit im Rettungswesen und Bevölkerungsschutz sowie in der Pflege und Betreuung mitzugestalten und den Mitarbeitenden so bestmögliche Arbeitsbedingungen und Hilfsbedürftigen wertvolle Unterstützung zu bieten. So fanden auch auf der Interschutz Diskussionen mit politischen Entscheidungsträgerinnen und -trägern statt. Darüber hinaus haben die Johanniter des Landesverbandes Niedersachsen/Bremen anlässlich der Landtagswahl in Niedersachsen am 9. Oktober 2022 ihre aktuellen Forderungen an die Politik in einem Positionspapier festgehalten. Eines ist nämlich sicher: Auch in Zukunft wird sich die Johanniter-Unfall-Hilfe für Menschen einsetzen.



Die Positionen der Johanniter-Unfall-Hilfe zur Landtagswahl finden Sie unter www.johanniter.de/landtagswahl-nds. Oder einfach den QR-Code scannen.

Kolumne

Auf eigenen Beinen



von Pastorin Inge Matern

„Dann woll'n wir Sie mal wieder mobilisieren“, sagte der Physiotherapeut. Damit begann ein mühevolleres Arbeiten nach einem Sturz und notwendiger Operation. Der Patient sollte wieder gehen lernen.

Gehen, das kann doch jeder, so denkt vielleicht mancher. Wir alle haben es einmal lernen müssen – manchmal auch mit Schmerzen. Wenn ein kleines Kind mit etwa einem Lebensjahr zu gehen lernt, fällt es oft wieder hin, weint vielleicht, doch versucht es erneut. Und irgendwann kann es dann wirklich auf den eigenen Beinen stehen und gehen. Je besser es wird, desto selbstverständlicher erscheint es uns. Das Gehen gehört dann einfach dazu.

Doch es gelingt keineswegs immer „unfallfrei“. Menschen stolpern oder fallen, stürzen und ziehen sich Brüche zu. Eine Operation wird erforderlich. Dann braucht es eine Mobilisierung, um wieder neu gehen zu lernen. Da reichen dann nicht immer unsere zwei Beine. Ein oder gar zwei Gehhilfen sind erforderlich.

Ein junger Mensch ist noch recht schnell zu mobilisieren. Vor allem älteren Menschen gelingt es jedoch nicht immer, wieder sicher auf den eigenen Beinen zu gehen. Da hilft vielleicht ein Rollator, der Halt gibt, oder gar ein Rollstuhl, wenn die Lähmung nach einem Schlaganfall blieb und das Gehen nicht mehr möglich ist. Wer vorher sportlich und sehr aktiv war, erlebt das als große Belastung.

Ein Mann, der keine Freude mehr am Leben hatte, weil er nun im Rollstuhl sitzen musste, erzählte mir von einem ermutigenden Bibelwort:

„Die auf den HERRN harren, kriegen neue Kraft, dass sie auffahren mit Flügeln wie Adler.“ (Jes. 40,31a)

Schmunzelnd sagte er: „Fliegen geht natürlich nicht, aber immerhin mobil sein auf vier Rädern, welch ein Glück!“



Brandgefährlich

Es ist angegrillt! Mit der warmen Jahreszeit startet auch das Freiluftkochen. Das kulinarische Vergnügen ist jedoch nicht immer ungefährlich: Jährlich geschehen zahlreiche Unfälle, etwa durch Stichflammen oder Verpuffungen.

Damit der Grillabend zu einem schönen Erlebnis und Gefahr vermieden wird, ist es wichtig, dass der Grill sicher steht und Kinder der Feuerstelle fernbleiben. Zudem gilt: keinen Spiritus auf glühende Kohlen schütten.

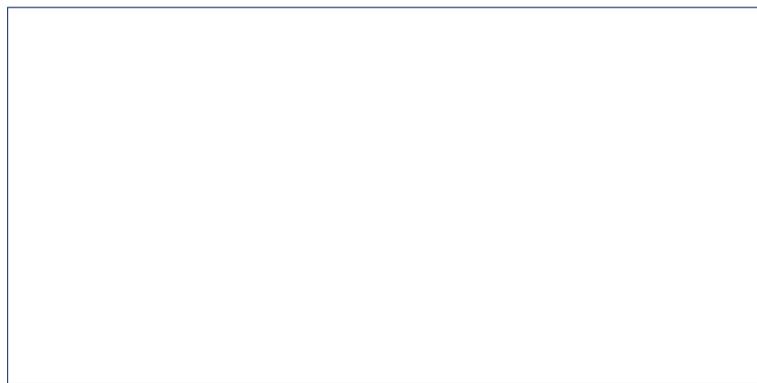
Kommt es zu einem Unfall, ist schnelles Handeln angesagt.

- Geraten Kleidungsstücke in Brand, lassen sich die Flammen mit einer Decke ersticken. Helfende sollten die betroffene Person auf dem Boden hin und her wälzen und mit Wasser übergießen.
- Kühlen Sie kleinere Brandwunden kurz mit normal temperiertem Wasser. Das sorgt für Schmerzlinderung.

- Um Entzündungen vorzubeugen, sollten offene Wunden mit sterilen Verbandstüchern abgedeckt werden.
- Bei großflächigen Verbrennungen, besonders an Händen, im Gesicht oder an Genitalien, ist professionelle Hilfe notwendig: Rufen Sie sofort den Rettungsdienst! Große Brandverletzungen sollten nicht gekühlt werden, da sonst eine Unterkühlung droht. Halten Sie

die verletzte Person stattdessen mit einer Wärmefolie warm und beobachten Sie bis zum Eintreffen des Rettungsdienstes Atmung und Kreislauf.

Im Ernstfall sollte sofort Hilfe unter der Nummer 112 gerufen werden!



Hirnjogging

Gewinnen Sie einen sommerlichen Blumenstrauß!

Nehmen Sie an unserem Sommerquiz teil und belohnen Sie sich oder einen lieben Menschen mit einem Blumenstrauß.

Senden Sie die Lösungsbuchstaben in der richtigen Reihenfolge (z. B. ABCA) und die Adresse, an die der Strauß geschickt werden soll, an die Gewinnspielschrift, welche auf Seite 2 in diesem Heft zu finden ist.

Einsendeschluss ist der 19. August 2022. Mitarbeitende der Johanniter-Unfall-Hilfe e.V. sind von der Teilnahme ausgeschlossen.

Lösungswort des letzten Rätsels: Familie
Die Gewinnenden der Ausgabe 1/2022 wurden persönlich benachrichtigt.

1. Was ist die beliebteste Eissorte der Deutschen?

- A Vanille
- B Mango
- C Sahne-Kirsch

2. Wie hoch ist der höchste Leuchtturm Deutschlands, der in der niedersächsischen Gemeinde Krummhörn steht (Leuchtturm Campen)?

- A 47 Meter
- B 33 Meter
- C 65 Meter

3. Wer sang 1975 das bekannte Lied „Wann wird's mal wieder richtig Sommer“?

- A Rudi Carrell
- B Peter Alexander
- C Udo Jürgens

4. Wie geht die Bauernregel weiter? „Wie das Wetter am Siebenschläfer (27. Juni) sich verhält, ...“

- A „...ist es sieben Wochen lang bestellt.“
- B „...zeigt sich bereits im Vorfeld.“
- C „...so der Sommer allen gefällt.“

